



گلگشت ورزشی و طبیعت گردی ورزش روزانه در سیان دره

به همت کمیته ورزش روزانه هیأت ورزش های همگانی شهرستان قدس، گلگشت ورزشی و طبیعت گردی روزانه به مناسبت هفته دفاع مقدس در منطقه زیبای سیان دره برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی اداره ورزش و جوانان شهرستان قدس؛ این برنامه با حضور جمعی از بانوان ورزشکار و علاقه مندان به فعالیت های ورزشی و طبیعت گردی به سرپرستی گلشنی و با هدف ایجاد نشاط و شادابی، تقویت روحیه جمعی، ترویج ورزش همگانی، افزایش تحرک و بهره مندی از طبیعت برگزار گردید.

یکی از اهداف مهم کمیته ورزش روزانه، فراهم کردن شرایطی برای حضور اقشار مختلف جامعه در برنامه های ورزشی و ایجاد بستری شاد و پویا برای تداوم فعالیت بدنی است.

برگزاری برنامه های گلگشت و طبیعت گردی در کنار ورزش، می تواند نقش مؤثری در افزایش انگیزه افراد برای ادامه فعالیت های جسمانی و ایجاد سبک زندگی سالم باشد.

/انتهای پیام/